MINIMALISMO

MINIMALISMO

@LAFLORCABRONA

CREADOR DE CONTENIDO POSITIVO

Por mucho tiempo creí que necesitaba ser más organizada, me dí cuenta que en realidad necesitaba tener menos cosas.

Ser minimalista, vivir con lo esencial

Lo cierto es que tras agotarse del materialismo irrelevante, un grupo de personas decidieron perseguir un nuevo estilo de vida. Se trata de The Minimalists, proyecto que quiere resaltar la importancia de aquellos aspectos enterrados por el consumismo.

El proyecto fue creado por Joshua Fields Millburn y Ryan Nicodemus, quienes advierten que “el minimalismo es una herramienta para deshacerte de los excesos de la vida a favor de enfocarte en lo que es importante, para que puedas encontrar la felicidad, la realización y la libertad”.

Esto no significa renunciar a tu casa, a tu instrumento musical favorito, a tu familia o a tu ciudad. Pero quizás si involucraría un poco de concientización en el sentido de “¿debería comprarme este decimosexto par de zapatillas?”

“El problema de hoy parece ser el significado que asignamos a nuestras cosas: tendemos a darles demasiado significado, a menudo dejando de lado nuestra salud, nuestras relaciones, nuestras pasiones, nuestro crecimiento personal y nuestro deseo de contribuir más allá de nosotros mismos. ¿Quieres tener un auto o una casa? Genial, ¡hazlo! ¿Quieres formar una familia y tener una carrera? Si estas cosas son importantes para ti, entonces eso es maravilloso. El minimalismo simplemente te permite tomar estas decisiones de manera más consciente, más deliberada.”

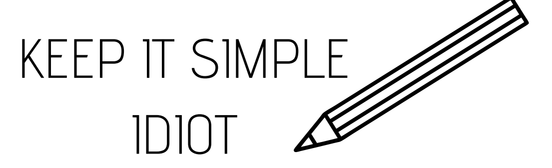
#HOMBRE

RRemera Blanca
Remera Negra
Remera Color
Remera Estampada
Camisa casual mangas largas
Camisa casual mangas cortas
Camisa blanca de vestir
Camiseta mangas largas
1 Par de Jeans
1 Par de Pantalones casual
1 Par de Pantalones deportivos
1 Par de Pantalones de vestir
Bermudas
Traje
corbata
1 par de Zapatos de vestir
1 par de Zapatos casual
1 par de Botas
1 Par de zapatillas
Campera
Saco
Sweater
Buzo
Buzo con cierre
Mochila
Bufanda
Anteojos de sol

RPara seguir profundizando: El método Armario Cápsula de Satray Martin. Y para el orden general de la casa, además del ropero: La Magia del Orden de Marie Kondo,

La sugerencia propuesta es: vive una vida basada en objetivos y no en cosas
The minimalists, funciona como un espacio de encuentro para que los usuarios comenten como cambiaron sus vidas, varios son los que comentan que el minimalismo les ha permitido vivir el momento, recuperar tiempo, concentrarse en la salud, crear más y consumir menos, descubrir sus misiones y pasiones, contribuir al planeta más allá de su persona, y experimentar la libertad verdadera.

Si bien el proyecto no menciona los impactos positivos al medioambiente, vale la pena destacar que un estilo de vida fundamentado en lo esencial, seguro tiene una larga lista de beneficios para el planeta.



Armario cápsula

El armario cápsula es un tipo de armario minimalista, con el fin de economizar espacio según la estación del año. Se empieza por construir una colección de prendas (aproximadamente unas 40 prendas o menos) Esto no solo ayuda a la hora de elegir que usar la mañana siguiente, sino a tener una mayor organización; A la par del pensamiento de comprar solo cuando sea necesario y no porque sí.

Según Marie Kondo, tenemos que quedarnos sólo con lo que nos despierta alegría en el corazón. La pregunta de qué queremos poseer es en realidad una pregunta sobre cómo queremos vivir. En este sentido, la ropa que llevamos habla por nosotros y sobre nuestras elecciones. Al mismo tiempo, el estado de un guardarropas dice muchas cosas sobre nuestro propio orden interior.

Además, propone una formula sencilla: solo deben haber 40 prendas, por lo tanto la única manera de incluir ítems es liberando espacio (esto habilita la opción de donar, regalar)

La siguiente es una lista posible de las prendas que deberían cubrir las necesidades de vestimentas de hombres y mujeres.

*sin incluir ropa interior, accesorios, vestimenta de gala, ni deportiva, estas prendas serian la excepción al número 40.

#MUJER

Remera Blanca
Remera Negra
Remera Gris
Remera Navy
Remera Estampada
Remera con Frase
1 par de Jeans
1 par de Pantalones negros
Pantalones de vestir
Pollera corte A
Pollera casual
Calza negra
camiseta
Polera
Campera o buzo
Cardigan
1 par de Zapatillas
1 par de Botas
1 par de chatitas
1 par de Zapatos
Blazer negro
Chaqueta informal
Saco
Camisa Blanca
Blusa
Vestido de noche
Vestido estampado
Vestido negro (Little Black Dress)
Cartera grande
Clutch
Bufanda o pañuelo
Anteojos de sol